

# មេរោគវីសណាយ WEST NILE VIRUS

**មេរោគវីសណាយ អាចការពារបាន!**  
**សូមអនុវត្តតាមវិធីបីយ៉ាងនេះ ដើម្បីកាត់**  
**បន្ថយកុំឲ្យមូសខាំ ។**

## 1 សូមកំចាត់សំបុកមូសដែលមាននៅជិតផ្ទះ

### លោក-អ្នក ។

- រៀងរាល់អាទិត្យ ចូរចាក់ទឹកពីផ្ទះធំៗ, ពីផ្ទះតូចៗនិងពីរទេៈ រុញផ្ទះទឹកចេញឲ្យអស់
- ចូរចាក់ទឹកចេញពីប្រអប់ផ្សេងៗ ដូចជាប្រអប់ តុក្កតាឬពីកំប៉ុងដាដើម
- ចូរចាក់ទឹកចេញពីអាងភ្លេងលេង នៅពេលមិនប្រើការ
- ចូរសំអាតស្រះទឹកនៅក្នុង សួនច្បារ
- ចូរបោះកង់ឡានចាស់ៗចោលឲ្យអស់
- ចូរផ្លាស់ទឹកក្នុងស្លកសំរាប់សត្វចាប់ត្រីនិងទឹកក្នុងស្លក សំរាប់តាហនៈ ឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់មួយអាទិត្យម្តង
- ចូរប្រមូលកំប៉ុងចាស់ៗនិងដបទុកឲ្យល្អ
- ចូរចាក់ទឹកចេញពីដើងផ្កា
- ចូរសំអាតទឹកចេញពីក្រណាត់ឬពីប្លាស្ទិក ដែលមានទឹកដក់
- ចូរគ្របផ្ទះទឹកភ្លៀងដោយប្រើក្រណាត់ការពារមូស
- ចូរជួយជនចាស់វ័យ, បងប្អូន ឬអ្នកជំនាញលោក-អ្នកនូវ កិច្ចការទាំងនេះកុំខាន



## 2 ចូរប្រើបង្គោលរបស់លោក-អ្នក

- ចូរសំអាតស្លឹកឈើដែលស្ទុះតាមទ្រូងទឹក ឬតាមប្រឡាយ
- ចូរជួសជុលបំពង់ទឹកលេចនៅក្រៅផ្ទះ
- ចូរជួសជុលសំណាញ់បង្អួចនិងសំណាញ់ទ្វាររំហែក ឲ្យ បិទជិតតឹងល្អ
- ចូរដាក់សំណាញ់យ៉ាងទ្វារដែលបើកចេញចូលញឹកញាប់

## 3 ចូរប្រើប្រដាប់ការពារផ្ទាល់ខ្លួននៅពេលមូសខាំ

- ចូរស្លៀកខោនិងពាក់អាវដែវែង
- គួរប្រើថ្នាំការពារសត្វល្អិតខាំ
- ថ្នាំការពារសត្វល្អិតប្រភេទ DEET មានប្រសិទ្ធភាពណាស់ ។  
– ចូរយកចិត្តទុកដាក់ និងអនុវត្តតាមរបៀបប្រើវា

## ក្រសួងសាធារណៈសុខាភិបាល ចង់ឮពីលោក-អ្នក

បើអ្នកឃើញសត្វក្អែក, សាវិកា ឬ តារាវីរាប ចូរកត់ទីកន្លែង និងម៉ោងដែលអ្នកបានឃើញ បន្ទាប់មកទូរស័ព្ទទៅក្រសួង សុខាភិបាល ដើម្បីរាយការណ៍ប្រាប់គេឲ្យដឹង ។  
តាមករណីខ្លះ ក្រសួងសុខាភិបាល អាចមកវិស័យកសត្វនោះ ទៅ ដើម្បី ធ្វើការពិសោធន៍- មើល ។ ភាគច្រើន គេនឹងស្នើឲ្យអ្នកវិស័យកសត្វនោះ ដាក់ក្នុងថង់ ហើយចោលទៅក្នុងផ្ទះសំរាមរបស់អ្នក ។



## ការបោះសត្វស្លាប់ចោល

សត្វក្អែកនិងសត្វពាហនៈផ្សេងៗទៀត មិនចម្លងមេរោគវីសណាយ ដល់មនុស្សយើងទេ ។ លោក-អ្នកអាចធ្លាក់ខ្លួន ឈឺដោយសារមូលខាំប៉ុណ្ណោះ ។ ទោះជាយ៉ាងនេះក៏ ដោយ ចូរកុំប៉ះពាល់សត្វស្លាប់នោះឲ្យសោះត្រូវប្រើស្រោម ដៃ ឬប្រើបែលចូកវាដាក់ក្នុងថង់ប្លាស្ទិកពីរជាន់ ។ ចូរបោះ វាចោលទៅក្នុងផ្ទះសំរាម ។



## ចូរការពារកុំឲ្យមូសខាំ

ដើម្បីសិក្សាអំពីមេរោគវីសណាយ(West Nile)ឲ្យបានច្រើន:  
[www.doh.wa.gov/wnv](http://www.doh.wa.gov/wnv)  
1-866-78VIRUS



ការសម្របនៃក្រសួងសាធារណៈសុខាភិបាល – ក្រុងស៊ីអាថុល និង យ៉ងខានជី ។



**Dear Colleague,**

The Washington State Department of Health (DOH) is pleased to provide camera-ready art for printing this educational material. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version.** DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.
- **Do not alter.** We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.
- **For quality reproduction:** Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:

Office of Health Promotion

P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833

(360) 236-3736

**Sincerely,**

**Health Education Resource Exchange Web Team**